



Parliamo di calcio?

Ok.. tu quanto ne hai nelle ossa..?

Fraasi del tipo:

Mangio carne perchè tutto il necessario si trova nella carne....vitamine, minerali, proteine, nutrienti...senza di essa deperiremmo e moriremmo...il nostro corpo ha bisogno di carne..

Bevo latte perchè senza calcio cominciano i problemi alle ossa... Affermazioni molto comuni...

3 domande:

Come mai in una società fatta di mangiatori di carne, latte, formaggio e uova nella quale viviamo...ogni città di questa società ha.. centinaia di negozi di vitamine e integratori..?

perchè ci sono mille e più spot pubblicitari di prodotti integratori di calcio..e le farmacie sono strapiene di integratori di calcio, fibre, ecc?

Se tutto lo prendiamo dalla carne e dai latticini... a cosa servono tutti quegli integratori..?

Una risposta:

Le proteine animali non appena entrano nel corpo, rendono il sangue ACIDO..se il sangue rimanesse acido per lungo tempo moriremmo..

Quindi il nostro corpo deve eliminare l'acidità il più rapidamente possibile..

Come fa il corpo a pulire il sangue...? con il fosfato...

Il fosfato è uno dei due componenti delle ossa...

Il corpo sottrae fosfato e calcio dalle ossa per poter neutralizzare e ripulire il sangue...usa il fosfato per neutralizzare l'acidità ed elimina il tutto con l'urina (acidità, fosfato e calcio)

Per questo ogni singolo studio epidemiologico fatto sulle popolazioni umane, da qualsiasi ente, dal più piccolo al più grande, dimostra che...

le società che consumano la maggior quantità di proteine animali hanno il più grande tasso di osteoporosi, fratture osee e cancro..

Mentre le società vegane e vegetariane che usano poche o nessuna proteina animale, quali: indù, buddiste, jains, rastafariane, avventiste del settimo giorno, ecc, hanno il tasso di osteoporosi, fratture osee e cancro di poco o niente...

La vera domanda da fare è:

Siamo onnivori..? O forse.. sarà che siamo Frugivori..?

(Dal discorso di Gary Yourofsky... militante A.L.F.)